

Listă valori nutriționale și alergei - produse Luma

ESPRESSO – 40 ml

Ingrediente: cafea, apă

/100 ml: 9 kJ / 2 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 0 g • Zahăruri 0 g • Proteine 0.3 g •

Sare 0.01 g

Alergeni: —

CORTADO – 80 ml

Ingrediente: cafea, lapte

/100 ml: 125 kJ / 30 kcal • Grăsimi 1.5 g • Sat. 1 g • Glucide 2.5 g • Zahăruri 2.5 g • Proteine

1.5 g • Sare 0.05 g

Alergeni: lapte

LONG BLACK – 80 ml

Ingrediente: cafea, apă

/100 ml: 9 kJ / 2 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 0 g • Zahăruri 0 g • Proteine 0.3 g •

Sare 0.01 g

Alergeni: —

FLAT WHITE – 200 ml

Ingrediente: cafea, lapte

/100 ml: 210 kJ / 50 kcal • Grăsimi 2.5 g • Sat. 1.6 g • Glucide 4.8 g • Zahăruri 4.8 g •

Proteine 3.2 g • Sare 0.1 g

Alergeni: lapte

CAPPUCCINO – 150 ml

Ingrediente: cafea, lapte

/100 ml: 170 kJ / 40 kcal • Grăsimi 2 g • Sat. 1.2 g • Glucide 3.5 g • Zahăruri 3.5 g • Proteine

2.5 g • Sare 0.08 g

Alergeni: lapte

LATTE – 350 ml

Ingrediente: cafea, lapte

/100 ml: 220 kJ / 53 kcal • Grăsimi 2.8 g • Sat. 1.7 g • Glucide 5 g • Zahăruri 5 g • Proteine

3.3 g • Sare 0.1 g

Alergeni: lapte

ESPRESSO TONIC – 350 ml

Ingrediente: cafea, apă tonică

/100 ml: 150 kJ / 36 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 9 g • Zahăruri 9 g • Proteine 0.2 g

- Sare 0.02 g

Alergeni: —

V60 – 250 ml

Ingrediente: cafea, apă

/100 ml: 9 kJ / 2 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 0 g • Zahăruri 0 g • Proteine 0.3 g •

Sare 0.01 g

Alergeni: —

COLD BREW – 250 ml

Ingrediente: cafea, apă

/100 ml: 8 kJ / 2 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 0 g • Zahăruri 0 g • Proteine 0.2 g •

Sare 0.01 g

Alergeni: —

COLD BREW TONIC – 350 ml

Ingrediente: cafea, apă tonică

/100 ml: 150 kJ / 36 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 9 g • Zahăruri 9 g • Proteine 0.2 g

- Sare 0.02 g

Alergeni: —

FRESH ORANGE – 350 ml

Ingrediente: suc proaspăt de portocale.

/100 ml: 197 kJ / 47 kcal • Grăsimi 0.1 g • Sat. 0 g • Glucide 11.3 g • Zahăruri 9.6 g • Proteine

0.9 g • Sare 0 g

Alergeni: —

FRESH GRAPEFRUIT – 350 ml

Ingrediente: suc proaspăt de grepfrut.

/100 ml: 165 kJ / 39 kcal • Grăsimi 0.1 g • Sat. 0 g • Glucide 9.2 g • Zahăruri 7.0 g • Proteine

0.5 g • Sare 0 g

Alergeni: —

LEMONADE CLASSIC – 350 ml

Ingrediente: apă, suc de lămâie, zahăr.

/100 ml: 170 kJ / 40 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 10 g • Zahăruri 10 g • Proteine 0.1

g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

LEMONADE TROPICAL – 350 ml

Ingrediente: apă, suc citrice, sirop fructe, zahăr.

/100 ml: 180 kJ / 43 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 11 g • Zahăruri 10 g • Proteine 0.1 g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

LEMONADE Zmeură / căpșuni / ghimbir/fructe de pădure – 350 ml

Ingrediente: apă, piure fructe, zahăr.

/100 ml: 190 kJ / 45 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 11 g • Zahăruri 10 g • Proteine 0.2 g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

LEMONADE BUSUIOC & PERSICI – 350 ml

Ingrediente: apă, persici, suc de lămâie, sirop zahăr, busuioc.

/100 ml: 180 kJ / 43 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 11 g • Zahăruri 10 g • Proteine 0.1 g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

IMMUNITY SHOT – 30 ml

Ingrediente: ghimbir, lămâie, miere.

/100 ml: 330 kJ / 78 kcal • Grăsimi 0.1 g • Sat. 0 g • Glucide 19 g • Zahăruri 17 g • Proteine 0.3 g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

MATCHA CAPPUCCINO – 150 ml

Ingrediente: matcha, espresso, lapte 3.5%, sirop zahăr.

/100 ml: 250 kJ / 60 kcal • Grăsimi 3 g • Sat. 2 g • Glucide 6 g • Zahăruri 6 g • Proteine 3 g • Sare 0.1 g

Alergeni: 7

MATCHA LATTE – 350 ml

Ingrediente: matcha, lapte 3.5%, sirop zahăr.

/100 ml: 260 kJ / 62 kcal • Grăsimi 3 g • Sat. 2 g • Glucide 6 g • Zahăruri 6 g • Proteine 3 g • Sare 0.1 g

Alergeni: 7

CHOCOLATE – 350 ml

Ingrediente: lapte 3.5%, cacao, zahăr.

/100 ml: 370 kJ / 88 kcal • Grăsimi 3.3 g • Sat. 2.0 g • Glucide 12 g • Zahăruri 11 g • Proteine

3.2 g • Sare 0.1 g

Alergeni: 7

TEA – 350 ml

Ingrediente: ceai infuzat.

/100 ml: 2 kcal • Grăsimi 0 g • Glucide 0 g • Proteine 0 g • Sare 0 g

Alergeni: —

DORNA WATER (STILL / SPARKLING) – 330 ml

Ingrediente: apă plată / carbogazoasă.

/100 ml: 0 kcal • 0 g • 0 g • 0 g • 0 g

Alergeni: —

LUMA WATER – 500 ml / 750 ml

Ingrediente: apă plată / carbogazoasă.

/100 ml: 0 kcal • 0 g • 0 g • 0 g • 0 g

Alergeni: —

COCA-COLA / ZERO – 250 ml

Ingrediente: apă carbogazoasă, zahăr / îndulcitori, aromă.

/100 ml: 180 kJ / 42 kcal • Grăsimi 0 g • Glucide 10.6 g • Zahăruri 10.6 g • Proteine 0 g • Sare 0 g

Alergeni: —

CAPPY JUICE – 250 ml

Ingrediente: suc din fructe (portocale, cireșe, pere, piersici).

/100 ml: 185 kJ / 44 kcal • Grăsimi 0 g • Glucide 10.5 g • Zahăruri 10 g • Proteine 0 g • Sare 0 g

Alergeni: —

FANTA – 250 ml

/100 ml: 180 kJ / 43 kcal • Zahăruri 10.6 g

Alergeni: —

SPRITE – 250 ml

/100 ml: 180 kJ / 43 kcal • Zahăruri 10.6 g

Alergeni: —

SCHWEPPE (Tonic / Pink / Bitter Lemon) – 250 ml

/100 ml: 165 kJ / 39 kcal • Zahăruri 9 g

Alergeni: —

SOCATĂ ARTIZANALĂ – 275 ml

Ingrediente: apă, flori de soc, lămâie, zahăr.

/100 ml: 150 kJ / 36 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 8 g • Zahăruri 8 g • Proteine 0 g •

Sare 0.01 g

Alergeni: —

GIN TONIC – 500 ml

Ingrediente: gin, apă tonică, citrice, gheață

/100 ml: 275 kJ / 66 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 7 g • Zahăruri 7 g • Proteine 0 g •

Sare 0.01 g

Alergeni: —

COLD BREW GIN TONIC – 350 ml

Ingrediente: gin, cold brew, apă tonică, citrice, gheață

/100 ml: 260 kJ / 62 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 6.5 g • Zahăruri 6.5 g • Proteine

0.2 g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

MOJITO STRAWBERRY – 350 ml

Ingrediente: rom alb, lime, mentă, apă minerală, gheață, căpșuni

/100 ml: 240 kJ / 57 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 6 g • Zahăruri 5.5 g • Proteine 0.1

g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

BERRY MOJITO – 350 ml

Ingrediente: rom alb, lime, mentă, apă minerală, gheață, fructe de pădure

/100 ml: 245 kJ / 58 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 6.2 g • Zahăruri 5.8 g • Proteine

0.1 g • Sare 0.01 g

Alergeni: —

APEROL SPRITZ – 500 ml

Ingrediente: Aperol, prosecco, apă minerală, portocală, gheață

/100 ml: 300 kJ / 72 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 8 g • Zahăruri 8 g • Proteine 0 g •

Sare 0.01 g

Alergeni: sulfiți

WHITE RUSSIAN – 350 ml

Ingrediente: vodcă, lichior de cafea, lapte / smântână dulce

/100 ml: 420 kJ / 100 kcal • Grăsimi 4 g • Sat. 2.5 g • Glucide 10 g • Zahăruri 9 g • Proteine 1.5 g • Sare 0.05 g

Alergeni: lapte

APEROL SOUR – 270 ml

Ingrediente: gin, Aperol, suc de lămâie, sirop simplu, albuș de ou, portocală

/100 ml: 310 kJ / 74 kcal • Grăsimi 0 g • Sat. 0 g • Glucide 9 g • Zahăruri 8.5 g • Proteine 0.5 g • Sare 0.02 g

Alergeni: ou, sulfiți

CROISSANT SIMPLU – 75 g

Ingrediente: făină (gluten), unt, drojdie, zahăr, sare.

/100 g: 406 kcal • Grăsimi 21 g • Sat. 12 g • Glucide 45 g • Zahăruri 9 g • Proteine 8 g • Sare 0.8 g

Alergeni: 1, 3, 7

CHEESECAKE SIMPLU – 120 g

Ingrediente: biscuiți digestivi, unt, cremă de brânză, zahăr, ouă, smântână pentru frișcă, vanilie.

/100 g: 321 kcal • Grăsimi 22 g • Sat. 13 g • Glucide 26 g • Zahăruri 18 g • Proteine 5.6 g • Sare 0.45 g

Alergeni: 1, 3, 7

CHEESECAKE CU CREMĂ LOTUS BISCOFF – 130 g

Ingrediente: biscuiți digestivi, unt, cremă de brânză, zahăr, ouă, smântână pentru frișcă, cremă Lotus Biscoff, biscuiți Lotus.

/100 g: 378 kcal • Grăsimi 25 g • Sat. 14 g • Glucide 33 g • Zahăruri 23 g • Proteine 5.2 g • Sare 0.52 g

Alergeni: 1, 3, 6, 7

MACARONS – 30 g

Ingrediente: migdale, zahăr, albuș, cremă (diverse arome).

/100 g: 440 kcal • Grăsimi 22 g • Sat. 7 g • Glucide 58 g • Zahăruri 54 g • Proteine 7 g • Sare 0.1 g

Alergeni: 3, 8

CINNAMON ROLLS – 120 g

Ingrediente: aluat (gluten), unt, zahăr, scorțișoară, glazură.

/100 g: 420 kcal • Grăsimi 19 g • Sat. 10 g • Glucide 56 g • Zahăruri 28 g • Proteine 7 g • Sare 0.8 g

Alergeni: 1, 3, 7

PLĂCINTĂ CU MERE– 208 g (porție)

Ingrediente: aluat fraged (făină de grâu, unt, zahăr, ouă), umplutură de mere (mere, zahăr), migdale, smântână, arome.

/100 g: 260 kcal • Grăsimi 12 g • Sat. 6 g • Glucide 34 g • Zaharuri 18 g • Proteine 3 g • Sare 0.4 g

Alergeni: 1, 3, 7, 8

PRĂJITURĂ CU MIGDALE ȘI CAMEL– 79 g (porție)

Ingrediente: blat din migdale (migdale, ouă, zahăr), cremă de camel, cremă de ciocolată cu alune, unt, smântână, arome.

/100 g: 420 kcal • Grăsimi 28 g • Sat. 10 g • Glucide 32 g • Zaharuri 24 g • Proteine 8 g • Sare 0.3 g

Alergeni: 3, 7, 8

PRĂJITURĂ CU CIOCOLATĂ ȘI ZMEURĂ– 100 g (porție)

Ingrediente: blat de cacao (făină de grâu, ouă, zahăr), ganache de ciocolată (ciocolată, smântână), zmeură, glazură, zahăr, arome.

/100 g: 310 kcal • Grăsimi 18 g • Sat. 10 g • Glucide 32 g • Zaharuri 22 g • Proteine 4 g • Sare 0.2 g

Alergeni: 1, 3, 7

BROWNIE CU ZMEURĂ– 88 g (porție)

Ingrediente: brownie (ouă, zahăr, cacao, sfeclă roșie), zmeură, alune de pădure, migdale, semințe de floarea-soarelui, semințe de dovleac, arome.

/100 g: 360 kcal • Grăsimi 22 g • Sat. 9 g • Glucide 34 g • Zaharuri 24 g • Proteine 6 g • Sare 0.25 g

Alergeni: 3, 8

PRĂJITURĂ CU LICHIOR DE OUĂ– 154 g (porție)

Ingrediente: blat (făină de grâu, ouă, zahăr), cremă de vanilie (lapte, smântână, zahăr), cremă cu lichior de ouă, ciocolată, unt, arome.

/100 g: 330 kcal • Grăsimi 20 g • Sat. 11 g • Glucide 30 g • Zaharuri 22 g • Proteine 5 g • Sare 0.3 g

Alergeni: 1, 3, 7

TORT CU AFINE – 119 g (porție)

Ingrediente: blat de cacao (făină de grâu, ouă, zahăr), cremă de vanilie (lapte, smântână), cremă de afine, ganache de ciocolată, afine, arome.

/100 g: 300 kcal • Grăsimi 17 g • Sat. 9 g • Glucide 32 g • Zaharuri 21 g • Proteine 4 g • Sare 0.25 g

Alergeni: 1, 3, 7

TORT DE CIOCOLATĂ – 79 g (porție)

Ingrediente: blat de cacao (făină de grâu, ouă, zahăr), cremă de ciocolată (ciocolată, smântână), glazură de cacao, unt, arome.

/100 g: 340 kcal • Grăsimi 22 g • Sat. 12 g • Glucide 30 g • Zaharuri 23 g • Proteine 5 g • Sare 0.3 g

Alergeni: 1, 3, 7

BROWNIE CU NUCI PECAN – 63 g (porție)

Ingrediente: brownie (ouă, zahăr, cacao), cremă de cacao, nuci pecan, ciocolată albă, unt, arome.

/100 g: 400 kcal • Grăsimi 26 g • Sat. 11 g • Glucide 34 g • Zaharuri 25 g • Proteine 5 g • Sare 0.3 g

Alergeni: 3, 7, 8

TIRAMISU – 96 g (porție)

Ingrediente: blat (făină de grâu, ouă, zahăr), cremă de mascarpone (lapte, smântână), cafea, cacao, zahăr, arome.

/100 g: 320 kcal • Grăsimi 21 g • Sat. 12 g • Glucide 28 g • Zaharuri 20 g • Proteine 5 g • Sare 0.25 g

Alergeni: 1, 3, 7

BROWNIE CU CAMEL ȘI NUCI – 69 g (porție)

Ingrediente: brownie (ouă, zahăr, cacao), nuci, caramel, ciocolată neagră, unt, arome.

/100 g: 410 kcal • Grăsimi 27 g • Sat. 12 g • Glucide 35 g • Zaharuri 26 g • Proteine 5 g • Sare 0.3 g

Alergeni: 3, 7, 8

PRĂJITURĂ CU CIOCOLATĂ ȘI COCOS – 120 g (porție)

Ingrediente: blat de cacao (făină de grâu, ouă, zahăr), cremă de cocos, fulgi de cocos, unt, zahăr, arome.

/100 g: 330 kcal • Grăsimi 20 g • Sat. 14 g • Glucide 32 g • Zaharuri 22 g • Proteine 4 g • Sare 0.25 g

Alergeni: 1, 3, 7



LISTA ALERGENILOR:

1. Gluten (grâu, secară, orz, ovăz, spelt, hibrizi)
2. Crustacee
3. Ouă
4. Pește
5. Arahide
6. Soia
7. Lapte
8. Fructe cu coajă (migdale, alune, nuci, caju, pecan, Brazilia, fistic, macadamia, Queensland)
9. Țelină
10. Muștar
11. Susan
12. Dioxid de sulf și sulfiți (>10 mg/kg sau 10 mg/l)
13. Lupin
14. Moluște